

Contraception d'urgence : Qu'est-ce que c'est ? Comment ? Pourquoi ?

Lévonorgestrel 1,5 mg (Levodonna[®], Norlevo[®], Postinor[®])

La pilule d'urgence permet d'éviter une grossesse en cas de rapports sexuels non ou mal protégés (rupture du préservatif, oubli de pilules, décolllement du patch, ...).

Comment prendre la pilule d'urgence ?

Au plus la pilule d'urgence est prise rapidement, au plus les chances d'empêcher une grossesse sont grandes.

Vous devez prendre la pilule d'urgence au lévonorgestrel **le plus rapidement possible, idéalement dans les 12 heures et au plus tard 3 jours (ou 72 heures)** après le rapport sexuel non protégé ou le problème rencontré avec votre contraception habituelle.

Si vous vomissez dans les 3 heures suivant la prise, il est conseillé de prendre immédiatement un nouveau comprimé.

Si vous allaitez, prenez le comprimé immédiatement après l'allaitement et attendez 8 heures avant d'allaiter à nouveau. Pendant cette période, il est recommandé d'utiliser un tire-lait et de jeter votre lait.

Comment agit la pilule d'urgence ?

Cette pilule d'urgence contient une hormone synthétique, le lévonorgestrel. Elle va agir en stoppant ou en retardant l'ovulation et va donc empêcher la fécondation de l'ovule. Elle n'aura pas d'effet si l'ovulation a déjà eu lieu.

La pilule d'urgence n'a pas d'effet si vous êtes déjà enceinte, c'est-à-dire si l'ovule fécondé s'est implanté dans l'utérus. La pilule d'urgence ne permet pas d'interrompre une grossesse en cours et donc ne provoque pas d'avortement.

Et après ?

La prise de la pilule d'urgence ne vous protège pas pour les rapports sexuels suivants ! Si vous utilisez une méthode contraceptive hormonale comme la pilule, le patch ou l'anneau, continuez son utilisation comme d'habitude et **utilisez un préservatif pendant les 7 jours suivants.**



La pilule d'urgence NE protège PAS contre le SIDA et les infections sexuellement transmissibles (IST). Seul le préservatif peut vous en protéger !

Si vous n'utilisez pas de méthode contraceptive hormonale et avez régulièrement des relations sexuelles, consultez votre médecin pour choisir avec lui une méthode contraceptive adaptée. En attendant, utilisez le préservatif.

Pour savoir si la contraception d'urgence a été efficace, surveillez l'apparition des règles suivantes. Celles-ci peuvent être retardées de quelques jours. En cas de retard de plus de 7 jours par rapport à la date prévue, il est nécessaire de faire un test de grossesse. Si vos règles sont irrégulières ou imprévisibles, faites un test de grossesse 2 semaines après la prise de la pilule d'urgence. Si vous êtes enceinte, il est important que vous consultiez un médecin.

Quand faut-il prendre la pilule d'urgence ?

La prise de la pilule d'urgence **est nécessaire** si :

- Vous n'avez pas utilisé de moyen de contraception ;
- Le préservatif s'est déchiré ou a glissé.

La prise de la pilule d'urgence **peut être nécessaire** si :

- Vous avez commencé une nouvelle plaquette de pilule contraceptive avec plusieurs jours de retard ;
- Vous avez oublié plusieurs fois de prendre votre pilule ;
- Vous avez oublié de mettre votre anneau, de changer de patch ou s'il s'est décollé.



Pour plus d'informations, consultez la notice de votre contraceptif ou de mandez conseil à votre pharmacien. La prise de la pilule d'urgence n'est pas toujours nécessaire.

Uniquement pour les cas d'urgence !

La pilule d'urgence est à utiliser **occasionnellement**. Elle ne doit pas être utilisée comme contraception de routine, car elle n'est pas efficace à 100%. Utilisés correctement, les moyens de contraception usuels (pilule, anneau, patch, stérilet, ...) sont les plus fiables.

Peut-on utiliser la pilule d'urgence plus d'une fois ?

Oui, si c'est vraiment nécessaire. Toutefois, la pilule d'urgence est moins efficace qu'une contraception régulière pour éviter une grossesse. Elle peut également provoquer des irrégularités du cycle menstruel : retard des règles, règles plus longues ou plus abondantes. Il est préférable de prendre rendez-vous avec votre médecin afin de choisir un moyen de contraception qui vous convient.

Quels sont les effets indésirables du médicament ?

Les effets indésirables qui se manifestent très fréquemment (chez plus d'1 femme sur 10) sont des nausées, des douleurs abdominales ou dans le bas du ventre, de la sensibilité au niveau des seins, des maux de tête, des vertiges et de la fatigue. Des irrégularités du cycle menstruel se présentent aussi très fréquemment : saignements inhabituels, retard des règles, règles en avance ou abondantes. De la diarrhée, des vomissements et des règles douloureuses surviennent également fréquemment (chez 1 à 10 femmes sur 100).

La pilule d'urgence au lévonorgestrel et les autres médicaments ?

Les médicaments utilisés pour traiter l'épilepsie, une infection à VIH, certains antibiotiques et des médicaments contenant du millepertuis peuvent diminuer l'effet de la pilule d'urgence au lévonorgestrel. Parlez-en à votre pharmacien ou médecin.

N'utilisez pas la pilule d'urgence au lévonorgestrel (Levodonna®, Norlevo®, Postinor®) en même temps que la pilule d'urgence à l'ulipristal (ellaOne®).

i **Informez toujours votre pharmacien si vous utilisez ou avez récemment utilisé d'autres médicaments, même si ceux-ci sont disponibles sans prescription.**

La pilule d'urgence et la conduite ?

Si vous éprouvez de la fatigue ou des vertiges après la prise de la pilule d'urgence, attendez que ces effets indésirables aient disparu avant de conduire.

Quand consulter votre médecin ?

Consultez votre médecin avant de prendre ce médicament si :

- Vous avez une maladie du foie ;
- Vous pensez être enceinte.

Consultez également votre médecin si :

- Vos règles sont en retard de 7 jours ou plus ;
- Vos règles sont inhabituelles (moins abondantes, plus courtes, ...) ;
- Vous souffrez d'un syndrome de malabsorption comme la maladie de Crohn ou d'une autre maladie grave de l'appareil digestif ;
- Vous pensez avoir une IST (infection sexuellement transmissible) ;
- Vous souffrez de violents maux de ventre ou de saignements abondants ;
- Vous n'utilisez pas de méthode contraceptive fiable ;
- Vous oubliez régulièrement votre pilule ou rencontrez des problèmes avec votre méthode contraceptive.

Il existe différentes méthodes de contraception. Demandez conseil à votre médecin pour le choix d'une contraception adaptée à vos besoins et votre mode de vie.

